

# ラフサポの ほっとタイム

このコーナーは、ラフルールを利用している編集メンバー「ラフサポ」がつくっています。現在、メンバーは5人。子連れでワイワイしながらつくっています♡

## 私のおすすめ公園

「桜台第三公園」(青葉台駅徒歩20分)  
木陰も気持ちよく、1歳児のお散歩にちょうど良い!



ほどよい広場!

適度な遊具!

「桜台公園」(バス停「公園前」目の前)  
何度行っても発見のある自然豊かな公園。ベンチと机もあるので、お弁当を食べるのにもピッタリ!



広くて高低差があり、抜け道の探検が楽しい!

「屋上広場」青葉台東急スクエア  
South-1 本館 屋上 (青葉台駅徒歩1分)



今年4月にオープンしたばかりでキレイ。夕方になると日陰もできて涼しい。

「CommonField」  
たまプラーザテラス3F屋上  
(たまプラーザ駅徒歩3分)

広くて芝生のある屋上庭園。おままごとができる遊具や小山がある。出入り口付近にベビー休憩室があり便利。



「新石川公園」  
(たまプラーザ駅徒歩7分)



長いすべり台が魅力的!

「谷本せせらぎふれあいの道」  
(市が尾駅徒歩10分)

水路にアメリカザリガニが生息し、ザリガニ釣りを楽しめる。



「鷺沼公園」(鷺沼駅徒歩8分)



電車が通るたびに子どもが「きたー!」と大喜び。

ラフルールのひろばを利用する親子が、絵本を紹介しています

### えほんの じかん

#### 『おたすけこびととあかいボタン』

文：なかがわちひろ  
絵：コヨセ・ジュンジ  
出版社：徳間書店

働く車を愛してやまない息子が大好きな絵本です。うさぎのぬいぐるみの目の赤いボタンがなくなったため、こびと達に探して欲しいと依頼が入り、働く乗り物でこびと達がボタンを探します。隠れた場所にこびとがいるので親子で探すのも楽しく、ボタンをどの様に発見するのか?想像力をかき立てられるとても楽しい絵本です。



## 妊娠期からのコミュニティづくり ～人の輪が広がるつながりを～

母子手帳を受け取り、これから始まる赤ちゃんとの生活を楽しみに思ったり、不安に思ったり。これってどうするのかな。調べてみても情報がたくさんありすぎて…。誰かに聞いてみたいけれど、誰に聞いたらいいのかな。

そんなとき、子どもがいる生活を垣間見ることができラフルールに、ふらっと足を運んでみませんか。少し先の自分たちを想像しながら、スタッフと話したり、情報を見たりできます。ラフルールには妊娠期から参加できる企画があります。『産前産後ウエルカムカード』を持って、ぜひすごしに来てくださいね。



※『産前産後ウエルカムカード』はひろばでも配付しています。

### 10・11月の妊娠期向け企画

- 赤ちゃんを迎える準備会 (要予約)  
青葉台 10月22日、11月26日 (水) 10:00~11:30
  - 赤ちゃんのお世話プチ体験 (要予約)  
青葉台 10月15日 (水) 10:00~11:30  
11月11日 (火) 10:00~11:30
  - 妊娠期向けラフルール見学デー (要予約)  
市ケ尾 10月11日、11月8日 (土) 10:00~11:30  
10月18日、11月15日 (土) 14:00~15:30
  - 産前産後の会 (要予約)  
市ケ尾 11月20日 (木) 14:00~14:30
  - 産前産後のからだケア(産前) (要予約)  
市ケ尾 10月25日 (土) 14:00~15:00
- ※予約はひろば・電話またはラフルールHPから

## ひろば開館時間

青葉台 市ケ尾

10:00~16:00  
(火曜から土曜)

ランチタイム(12:00~13:00)  
両拠点ともお昼を持参して食べられます。  
※上記以外の時間でも専用コーナーで飲食できます。  
(混雑時はゆずり合ってください)

たちばな台 金曜日は/ふらっとラフルール

10:00~15:00 (毎週金曜)

ふらっとラフルールたちばな台  
場所:たちばな台町内会館 (たちばな台1丁目2-14)  
食事前のテーブルとイスを用意しています。

## 2025年10・11月の企画ピックアップ

出張子育て相談ひろば  
～おでかけラフルール～

ひろば 子育て相談

地域の情報

対象:未就学児・プレママとその家族  
地域の人

美しが丘西保木自治会館・  
となりの広場

10月1日 (水) 10:30~12:00

松風台自治会館

10月7日 (火) 10:30~12:00

ひろばde紹介 & ひろば内子育て講座  
「イヤイヤ期の過ごし方」

講師にセンター保育園である荏田保育園の保育士を迎えます。前半は「ひろばde紹介」。センター保育園の機能や子育て支援について話します。後半は「ひろば内子育て講座」。自我が出てきて、親と子の思いがぶつかるこの時期をどう対応しよう…。イヤイヤ期の過ごし方を話します。

市ケ尾

10月8日 (水)  
14:00~14:30



青葉区情報発信デー  
& ラフルールminiひろば  
@青葉台東急スクエア

親子のブース 情報コーナー

地域の人のブース

青葉区地域子育て支援拠点ラフルールによる、ハロウィンワークショップや、絵本の読み聞かせ、子育て情報コーナーなど、親子で楽しめる1日♪

青葉台東急スクエア

South-1 本館 1階 アトリウム

10月23日 (木) 10:00~12:00

パパ講座

講師に美しが丘保育園の保育士を迎えます。子どもとの遊び方や子育てのヒントを、自身も子育て中のパパである男性保育士から聞いてみましょう。ママやプレパパ・ママの参加も大歓迎です♪

※予約はひろば・電話またはラフルールHPから

青葉台

11月15日 (土)  
10:30~11:30



「インターナショナルの会」  
International Family Meet up

海外(かいがい)のひと、海外(かいがい)につながるの  
あるひとで  
いっしょに  
はなしましょう!

青葉台

10月8日 (水)  
14:00~14:20

「やってみよう人形劇の会」

みんなで「3びきのこぶた」の人形劇をやってみませんか? まずは簡単に練習をしてから人形劇をスタート。どの役になりますか? みんなで楽しみましょう。

青葉台

10月21日 (火)  
11月6日 (木)  
11月28日 (金)  
11:00~11:30

休日ひろば

いつも日曜日・月曜日・祝日(月曜が祝日の場合は翌火曜日)にお休みのラフルールサテライトですが、休日ひろばを開催します。区民まつりの前後に立ち寄っていきませんか? 横浜子育てサポートシステムのコーディネーターもいます。

※青葉台は休館日です

ラフルールは区民まつりと同時開催の健康フェスティバルに参加します!

市ケ尾

11月3日 (月・祝)  
12:00~16:00

区役所となりスポーツセンターあそびにきてね

「保健師がいる日」

たちばな台のひろばに青葉区の保健師が来ます! 相談やお話もできますのでぜひ来てくださいね♪



たちばな台

10月17日 (金)  
10:00~15:00

## カレンダー↓

